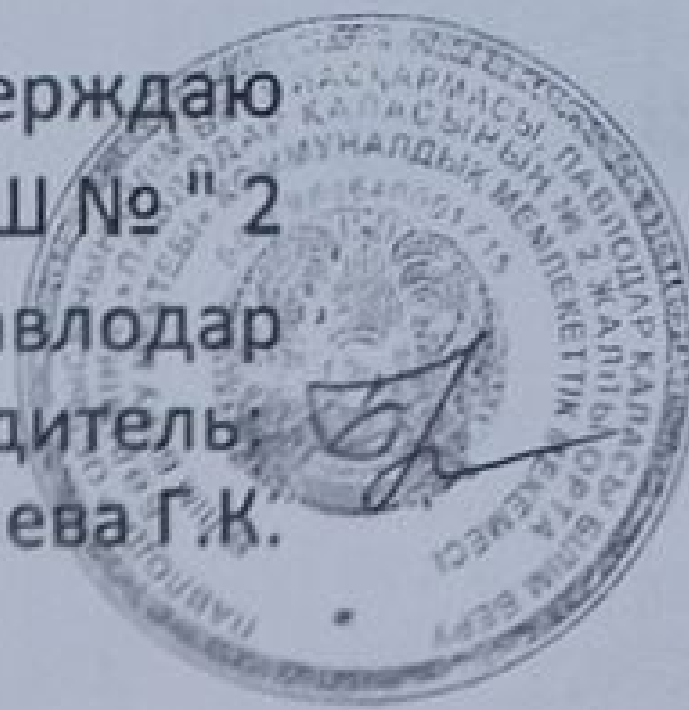




1-4 классы
1 неделя

Утверждаю
КГУ "СОШ № 2"
г. Павлодар
Руководитель:
Бельгибаева Г.К.



| Наименование блюда | Масса порций, гр | Пищевые вещества, гр | | | Энергетическая ценность, ккал | Стоимость |
|---------------------------------|------------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------------|------------|
| | | Ж | Б | У | | |
| 1 день | | | | | | |
| Куриное филе с овощами | 80/20 | 10 | 10 | 64 | 56 | |
| Гречка отварная | 150 | 0 | 0,8 | 80,3 | 328 | |
| Сок фруктовый | 200 | 0 | 0 | 14 | 56 | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 35 | 0,8 | 2,7 | 18,7 | 88,9 | |
| итого за день | | 10,8 | 13,5 | 177 | 528,9 | 450 |
| 2 день | | | | | | |
| Суп рыбный | 200 | 5,4 | 1,6 | 11,7 | 102,1 | |
| Булочка домашняя | 50 | 3,0 | 4,0 | 29,5 | 165,0 | |
| Чай с лимоном | 200 | 1,7 | 4,0 | 9,7 | 70,3 | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 35 | 0,8 | 20,7 | 18,7 | 88,9 | |
| итого за день | | 10,9 | 30,3 | 69,6 | 426,3 | 450 |
| 3 день | | | | | | |
| Котлета говяжья в красном соусе | 80/20 | 27,6 | 13,4 | 8,6 | 337,0 | |
| Рис припущенный | 150 | 0,1 | 0,4 | 11,6 | 55,1 | |
| Чай с сахаром | 200 | 0,8 | 0,3 | 0,98 | 23,6 | |
| Салат овощной | 60 | 12 | 69 | 58 | 125 | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 35 | 0,8 | 20,7 | 18,7 | 88,9 | |
| итого за день | | 41,3 | 103,8 | 97,88 | 629,6 | 450 |
| 4 день | | | | | | |
| Рассольник | 200 | 1,9 | 5,5 | 11 | 84,8 | |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,4 | 14,2 | 56,0 | |
| Ватрушка с творогом | 50 | 4,9 | 3,4 | 22,5 | 143,5 | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 35 | 0,8 | 20,7 | 18,7 | 88,9 | |
| итого за день | | 7,8 | 30 | 66,4 | 373,2 | 450 |
| 5 день | | | | | | |
| Макароны отварные | 150 | 19,6 | 19,3 | 44,3 | 451,4 | |
| Мясо с овощами | 80/20 | | | | | |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0 | 1,6 | 28,4 | 120,0 | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 35 | 0,8 | 20,7 | 18,7 | 88,9 | 450 |
| итого за день | | 20,4 | 41,6 | 91,4 | 660,3 | |
| итого за 5 дней | | 91,2 | 219,2 | 502,28 | 2618,3 | |
| итого средняя за день КХ | | 18,24 | 43,84 | 100,46 | 523,66 | |

Зав. Производством: Мукитова А.Р.

Дата составления : 01.09.2022





Утверждаю
КГУ "СОШ № 12"
г. Павлодар
Руководитель
Бельгибаева Г.К.

1-4 классы

| Наименование блюда | Масса порции, г | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Стоимость |
|--|-----------------|---------------------|--------------|---------------|-------------------------------|------------|
| | | Ж | Б | У | | |
| 2 неделя | | | | | | |
| 1 день | | | | | | |
| Плов из говядины | 200 | 10,0 | 10,0 | 64,0 | 300,0 | |
| Салат витаминный на растительном масле | 60 | 0,4 | 0,8 | 19,8 | 94,0 | |
| Чай черный с сахаром | 200 | 0 | 0 | 14,0 | 56,0 | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 35 | 0,8 | 20,7 | 18,7 | 88,9 | |
| итого за день | | 11,2 | 31,5 | 116,5 | 538,9 | 450 |
| 2 день | | | | | | |
| Суп с крупой | 200 | 2,9 | 3,8 | 3,6 | 9,0 | |
| Чай черный с сахаром | # | 0 | 1,6 | 28,4 | 120,0 | |
| Фрукты свежие | 180 | 3,0 | 4,0 | 29,5 | 165,0 | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 35 | 0,8 | 20,7 | 18,7 | 88,9 | |
| итого за день | | 6,7 | 30,1 | 80,2 | 382,9 | 450 |
| 3 день | | | | | | |
| Куриное филе в соусе | 80/20 | 5,7 | 10,0 | 8,0 | 126,5 | |
| Макаронные отварные | 150 | 1,0 | 4,2 | 22,2 | 117,0 | |
| Кисель плодово-ягодный | 200 | 0,1 | 0,4 | 11,6 | 55,1 | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 35 | 0,8 | 20,7 | 18,7 | 88,9 | |
| итого за день | | 7,6 | 35,3 | 60,5 | 387,5 | 450 |
| 4 день | | | | | | |
| Суп рисовый | 200 | 6,0 | 8,0 | 6,4 | 130,4 | |
| Булочка "Домашняя" | 50 | 4,9 | 3,4 | 22,5 | 143,5 | |
| Чай черный с сахаром, лимоном | 200 | 1,5 | 1,5 | 2,1 | 27,0 | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 35 | 0,8 | 20,7 | 18,7 | 88,9 | |
| итого за день | | 13,2 | 33,6 | 49,7 | 389,8 | 450 |
| 5 день | | | | | | |
| Каша ячневая с маслом | 150 | 0,4 | 3,0 | 20,4 | 98,8 | |
| Котлета куриная с соусом | 80/20 | 19,6 | 19,3 | 44,3 | 451,4 | |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0 | 1,6 | 28,4 | 120,0 | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 35 | 0,8 | 20,7 | 18,7 | 88,9 | |
| итого за день | | 33,9 | 52,9 | 251,1 | 1026,9 | |
| итого за 5 дней | | 127,5 | 226,0 | 785,4 | 4252,7 | |
| итого средн. за день | | 25,50 | 45,20 | 157,08 | 850,54 | |



Зав. Производством: Мукитова А.Р.

Дата составления: 01.09.2022 г.